

Raus aus den Laufschuhen – rauf aufs Velo

Umsteigestationen sind immer etwas hektisch. Das zeigt sich auch auf der Sportanlage Buchholz in Uster, die am Samstag für den Gigathlon Switzerland 2017 als «Aussen-Hub» für die Wechsel von Velo auf die Laufstrecke und von der Lauf- auf die Bikestrecke diente. Kaum haben die Läufer endlich ihr ersehntes Etappenziel erreicht, müssen sie sich innerlich schon auf die nächste Disziplin umstellen: das Bike. Ihr Sucherblick streift noch während den letzten Metern über die Absperrungen. Irgendwo in der Gruppe der Wartenden stehen ihre Helfer, die ihnen den Wechsel erleichtern sollen.

Schauplatz
Die Teilnehmenden des **Gigathlon Switzerland** wechselten im Ustermer Buchholz auf das Bike.

Sobald sich Helfer und Läufer erblickt haben, beginnt eine perfekt eintrainierte Gruppendynamik. Der Athlet streift sich die Schuhe ab, entledigt sich seines Leibchens, zieht die Veloschuhe an, streift sich ein neues Oberteil über. Dazwischen schüttet ihm sein Kollege Wasser über den Kopf, steckt ihm Riegel ins Trikot und verkabelt die Schläuche, damit er unterwegs auch zu seiner Flüssigkeit kommt. Zeit zum Ausruhen bleibt dabei nicht. Ein anderer Helfer drückt ihm bereits sein Bike in die Hände, gibt ihm einen Klapps auf den Rücken und sagt: «Hopp! Wir sehen uns am Abend in Zürich.»

Im Durcheinander seine Helfer und sein Bike zu finden, ist gar nicht so einfach. Auf dem Übergabeplatz ist alles knapp bemessen. Im Zentrum reiht sich ein Bike ans andere, rundherum wartet eine Masse von Helfern, vor jedem stapelt sich ein Haufen mit der nötigen Ausrüstung. Für den Laien völlig undurchschaubar, finden die Athleten aber ihr Zeug zwischen Sonnenschirmen und Menschenansammlungen jeweils sofort. Das liegt sicherlich auch an der Disziplin, die an diesem Ort herrscht: Man hört keine Flüche oder Geschrei, höchstens Applaus und Lautsprecherdurchsa-



Auf der Ustermer Sportanlage Buchholz tauschten am Samstag die Gigathlon-Athleten das Bike mit den Laufschuhen – und umgekehrt.

Nathalie Guinand

gen, Unsportlichkeiten wie die Velofahrt bereits im abgesperrten Bereich aufzunehmen, werden sofort von den Beobachtern mit einem «Halt, das geht nicht» taxiert.

Hanna Mäder aus Bern hat im Gegensatz zu den meisten anderen auf dem Feld Zeit für einen Schwatz. Sie hat ihre beiden Disziplinen Cityrun und Schwimmen nämlich bereits abgeschlossen. Zu einem Chaos wie Bike-Verwechslung komme es nie. Und wenn einer einmal sein Teamkollege nicht finde, sei das auch nicht tragisch. «Dann wartet er halt einmal 30 Sekunden

an der Abschränkung, bis er seinen Partner erwischt.»

Mäder ist zufrieden mit der Organisation in Uster. Alles sei gut beschildert und es sei schön, dass es an jedem der drei Gigathlon-Tage ein Referenzpunkt gebe, zu dem man immer wieder zurückkehre. An diesem Tag Uster, am Sonntag dann die Saalsporthalle in Zürich.

Am Feldrand ruhen sich derweil die Athleten aus. Sie sitzen in Campingstühlen oder dösen im Schatten. Geht es um die Sache, switchen die Sportler aber sofort um. Eine Athletin macht mit ihrem Freund ein Selfie an der

Schranke und jault dabei laut auf. Herzlich, aber kurz, denn jetzt muss sie weiter. Sie blickt schnurgerade zum nächsten Gigathlon-Wegweiser, spannt die Muskeln, rennt durchs Tor und ist wieder voll im Wettkampf-Modus.

Die Athleten kommen aus der ganzen Schweiz. Mancher von ihnen lobt die Region Zürich, besonders die Stadt selber. Judith Joss aus Sachseln etwa fand den Ausblick beim Trailrun schön, auf die ETH und die Pärke von Zürich.

Gewöhnliche Zuschauer erkennt man nur wenige auf dem

Platz. Die meisten hier sind Helfer oder Athleten. Und die wenigen die übrigbleiben, sind Angehörige der Sportler.

Von der Tribüne aus beobachtet ein Mann mit weissen Haaren, Strohhut und getönter Brille das Geschehen. Roland Vaucher und seine Frau Barbara aus Oberrieden warten, bis ihr Sohn mit seinen Teamkollegen ins Ziel einläuft. Die Vauchers finden den Anlass gelungen. «Es ist gewaltig, was die Athleten in dieser Hitze leisten.» An die Organisatoren richten sie aber Kritik. Es habe zu wenig WCs, obwohl auf dem Areal genügend Platz für einen zusätzlichen WC-Wagen

gewesen wäre, monieren sie. Und auch die Verpflegung sei schlecht organisiert. Für Essensabholung und Bonbestellung müsse man sich in die gleiche Reihe einordnen, was das die Sache unnötig verlängere. Roland Vaucher ist klar: «Bei so vielen Leuten hätte man die Stände separieren und drei Kassen einrichten müssen.»

Lukas Elser

Den Bericht über das sportliche Geschehen und die Sieger des Gigathlon Switzerland gibt es auf **Seite 27.**

 Bilder und Video www.zueriost.ch

Aussensicht von Beni Frenkel*

Die Gipfelstadt

So stelle ich mir den normalen Ustermer vor: Um vier Uhr morgens schellt der Wecker. Er rüttelt heftig seine Bettgefährtin wach. Müde schlurfen beide in die Küche und trinken einen Kaffee. Dann gehen sie wieder ins Bett und schlafen noch zwei Stunden. Nach einer kurzen Katzenwäsche sitzt die Familie Uster wieder am Küchentisch. Jetzt ist es etwa halb sieben. Die Eltern trinken Filterkaffee, die Kinder dürfen eine Kaffeekapsel auswählen. Auf dem Tisch steht: Ein grosser Korb gefüllt mit warmen Gipfeli. Um acht Uhr sind alle schon unterwegs. Der Vater auf dem Weg zur Arbeit, die Kinder rennen in die Schule, die Mutter geht zum Beck. Alle halten einen Coffee-to-go-Becher in den Händen. Der Papi hat noch zwei Gipfeli eingepackt.

Das Bild ist natürlich real. Anders kann ich mir die Ustermer gar nicht vorstellen. So viele Kaffee- und Gipfeli-Stationen befinden sich am Bahnhof! Das beginnt schon im Coop. 30 Schritte entfernt gibts eine «Kleiner»-Filiale. Für den Kaffee bezahlt man 4 Franken. Wer Fr. 6.80 ausgibt, darf zusätzlich ein Kuchen- oder Tortenstück auswählen. Wer dann noch

hungrig ist, muss nur noch zwölf Schritte bis zum Kiosk laufen. Der verkauft Buttergipfeli für Fr. 1.20.

120 Schritte weiter gehts zur «Cafe Bar Lounge Perimento». Wir bleiben immer noch auf der Bankstrasse, aber wechseln das Trottoir. Der Brezelkönig verkauft den Milchkaffee für 3 Franken und eine kleine Brezel für 2 Franken.

Theoretisch würde dieses Kaffee- und Gipfeli-Angebot für eine Stadt mit 34'000 Einwohnern ausreichen. Aber wir reden hier ja von Uster, der Gipfelstadt. Fünf Schritte neben dem Brezelkönig steht wieder ein Kiosk. Hier kostet der Milchkaffee Fr. 3.40 oder Fr. 3.90. Je nach Grösse. Wir wechseln die Strassenseite und essen im «Peking Garden» eine gegrillte Ente (Fr. 19.50). Aber Sie wissen das ja: Ente macht hungrig nach Gipfeli! 30 Schritte weiter hat es zum Glück einen McCafé! Die Schale kostet Fr. 4.10, das Gipfeli Fr. 1.20.

Neben dem Bahnhofkiosk steht ein Avec-Geschäft. Überall kostet der Kaffee unterschiedlich viel. Hier im Avec bezahlt man für den Milchkaffee Fr. 4.40 oder Fr. 4.90, je nach Grösse. Die Gipfeli

sind an diesem Morgen bereits ausverkauft. Es gibt aber noch Weggli für 95 Rappen.

Wer mag noch? 160 Schritte weiter ist der «Steiner»! Die Bäckerei ist immer voll. Wahrscheinlich eine Folge der Barriere, die in Uster alle fünf Minuten runterfährt. Fünf Minuten ohne Kaffee, ohne Gipfeli? Ausserhalb Usters ein mögliches Szenarium. Aber sicher nicht hier.

Von weitem erkenne ich ein riesengrosses Gipfeli-Bild. Mein Puls schlägt höher. Die 200 Schritte sind schnell geschafft. Ich stehe vor «Albert's Backstube». Ich bete still neben dem gigantischen Gipfeli an der Hausfront. Das ist Mekka!

Gewiss habe ich viele Restaurants und Bäckereien nicht erwähnt. Dafür möchte ich mich entschuldigen. Der Grund ist meine Diabetes. Die Gipfeli haben meinen Blutzuckerwert in die Höhe schnellen lassen. Ich darf nicht noch mehr Backwaren essen. Kannst du das verstehen, Uster? Bitte!

***Der Zürcher** Journalist und Autor **Beni Frenkel** schreibt an dieser Stelle regelmässig über seine Erlebnisse in Uster.

Wanderung ins Tösstal

USTER Die Pro Senectute Wandergruppe Uster führt am kommenden Donnerstag, 13. Juli, eine zweite Juli-Wanderung durch. Die gemütliche Tageswanderung führt von Kemptthal über den Rossberg an die Töss bis Sennhof.

Möglichkeit zum Baden
Die Wanderzeit beträgt zweieinhalb Stunden. Zu bewältigen gibt es 100 Höhenmeter. Es braucht gutes Schuhwerk, dem Wetter entsprechende Kleidung, Getränke, ein Picknick und ein Badetuch. Treffpunkt ist um 8.55 Uhr beim Bahnhofkiosk Uster. Mit der S5 geht es um 9.10 Uhr via Wetzikon nach Effretikon. Rückkehr ist voraussichtlich um 15.19 Uhr. Als Billett ist der 9-Uhrpass zu lösen. Geleitet wird die Wanderung von Madeleine Ballinari (Telefon 044 941 13 37). Bei schlechtem Wetter wird die Wanderung um eine Woche verschoben. Auskunft über die Durchführung gibt es am Vorabend von 18 bis 19 Uhr. zo